

La dipendenza del videogioco: cos'è?

I videogiochi sono diventati incredibilmente popolari con i figli di tutte le età. Negli ultimi anni, i videogiochi si sono evoluti in offerte incredibili con una grafica incredibile e giochi realistici. I videogiochi ora sono venduti per console come Nintendo Wii, Xbox, PlayStation 3 e Xbox 360. Una console di videogioco è un computer portatile o un videogioco che comporta l'interazione con un'interfaccia utente (joystick, trigger, volante o anche un tasto magnetico) o un dispositivo di ingresso esterno (Gamepad, disco ottico o altro lettore multimediale). I videogiochi possono essere riprodotti su console dedicate come Sony Playstation 2, Nintendo Wii o Microsoft Xbox.

Con l'aumento della popolarità dei videogiochi, è stato anche un maggiore interesse dei ricercatori in questo settore. Gli esperti di video di gioco hanno condotto numerosi studi nel tentativo di comprendere se e come si sviluppa la dipendenza da gioco, se esiste affatto e come i vari componenti della dipendenza differiscono. La maggior parte degli studi è stata inconcludente per quanto riguarda queste domande. Alcuni ricercatori hanno determinato che il consumo eccessivo dei videogiochi porta a un disturbo avvincente che include l'abuso di sostanze, mentre altri ritengono che ci siano poche prove che esista la dipendenza da gioco. Altri ancora sostengono che la dipendenza da gioco è solo una forma culturalmente accettata di concorrenza tra i più giovani maschi americani.



Ci sono stati un certo numero di tentativi per determinare se giocare regolarmente i videogiochi possono portare alla dipendenza. La maggior parte di questi studi sono stati inconcludenti a causa di vari fattori. Ad esempio, la maggior parte dei ricercatori non distingue tra diversi tipi di giochi, rendendo difficile determinare se una forma di gioco è più avvincente di un'altra. Inoltre, la maggior parte dei ricercatori non può differenziare tra i giocatori hardcore e quelli che semplicemente si divertono a giocare ai videogiochi. Infine, la quantità di tempo che i giocatori trascorrono di fronte a una console possono avere un impatto sullo sviluppo della dipendenza, dal momento che i giocatori giocheranno spesso per periodi di tempo più lunghi quando si giocano regolarmente i videogiochi.

Poiché non ci sono legami concreti tra videogiochi e dipendenza, ci sono altre teorie che vengono frequentemente sollevate in connessione con il problema. Uno di questi è l'idea che

i videogiochi causino cambiamenti nei neurotrasmettitori del cervello. Negli ultimi anni, molte ricerche sono state condotte su questo concetto, ma è rimasto non dimostrato. Una ragione per questo è che i risultati degli studi precedenti sono stati inconcludenti. Uno studio particolare, tuttavia, ha trovato una correlazione tra i cambiamenti nei neurotrasmettitori del cervello e le persone che giocano regolarmente al computer e ai videogiochi.

Un altro possibile motivo per cui i videogiochi possono causare la dipendenza è l'interattività associata ai videogiochi. Sebbene la maggior parte dei giocatori sia impegnata in un mondo virtuale, stanno ancora interagendo con il mondo reale, potenzialmente aumentando la voglia di rientrare nel mondo virtuale dopo una perdita. Questa maggiore interazione si ritiene che sia ciò che porta alla natura avvincente dei videogiochi. Dal momento che l'interazione della vita reale è necessaria per noi sviluppare relazioni sociali e soddisfare le nostre esigenze di interazione sociale, lo sviluppo di una dipendenza dai videogiochi può essere direttamente correlata a questa esigenza. Questa teoria potrebbe spiegare perché molti giocatori sviluppano dipendenze online.

La maggior parte degli esperti concordano sul fatto che il motivo principale per cui così tanti giocatori sviluppano gravi dipendenze dei videogiochi è perché non sono in grado di lasciare le loro console di videogiochi sugli scaffali e non occupati. Invece, devono trascorrere una grande quantità di tempo a giocare i loro videogiochi. Il gioco costante dei videogiochi può essere molto distratto, con conseguente una grande quantità di perdita di sonno per i loro giocatori. Coloro che giocano ai videogiochi per lunghi periodi di tempo di solito sono esauriti ad un certo punto. Ciò potrebbe innescare una dipendenza in cui il giocatore ritiene che il giocatore abbia la necessità di rimanere attivi nel gioco il più possibile per superare la fatica causata dalla mancanza di sonno.

La prima guerra della console è nata quando il Nintendo ha rilasciato lo snes. A quel tempo, la PlayStation è stata più tecnologicamente avanzata ed è stata il leader chiaro nel settore dei videogiochi. Tuttavia, Nintendo ha rilasciato la console poco dopo che lo SNES ha colpito il mercato. All'inizio, Nintendo ha venduto meno console rispetto a Sony, che li ha portati a lanciare la PlayStation 2. A sua volta, Sony ha rilasciato la PlayStation 3, che è diventato rapidamente il leader del settore.

Oggi, ci sono letteralmente centinaia di diversi tipi di videogiochi disponibili. A causa dell'incredibile successo della PlayStation e Xbox, molte persone ora considerano di giocare ai videogiochi per essere una scelta dello stile di vita. Sfortunatamente, troppi bambini soffrono di una dipendenza da videogiochi che interferisce con la loro vita normale, non Gamer. Se tu o qualcuno sai che soffre di una dipendenza da videogiochi, cerca aiuto immediatamente.